

# 健康は予防から



組合立東陽病院長

桜井 稔

健康とは、人が心身共にその働きが正常で、個人としても、又社会人としても正常な生活を送ることが出来る状態を言います。

昔から健全な精神は健全な身体に宿ると言います。すべての人間の活動は心身共に健康でなければうまく行きません。いくら経済的に、又社会的地位や名誉に恵まれていても、その人の身体が病気で一向につまりませんし、又社会の役にも立ちません。

日本人は戦後四十年の間に、非常に長生きになって、平均寿命が男七十四歳女八十歳を少し超えて、世界一の長寿国になりました。これは非常に驚くべきことで、世界中の人びとの注目を集めています。しかし、いくら長生きであっても寝たきりであったり、ぼけ

てしまつては何の人生の意味もありません。五体満足で人の世話にならず又、精神も知能も健全でなくてはなりません。

しかし、年をとると言うことは、人間が生物である以上皆平等にやむを得ない事実であり、又、いかに長生きであっても早晩死はまぬがれません。いかに健全に老いるかと言うことが大切なこととなります。又、老と共に誰しも何等かの病気を持つことにもなります。病気とどの様に共存して、天寿を全うするかと言うことも大切な生き方となります。年をとつても健康であるためには、若い時から、或は子供の時から体に気を使い、病気になるような様予防に心を用いなければならぬのです。

医師をはじめ、医療に携わる人びともようやくこの予防と言うことに気づき、これに力を入

れ初めています。病気になるれば本人も苦しみ、家族も大変です。又、その医療費もばく大なものになって来ます。

国民全体の医療に用いる費用は、一年間に十三兆円を超えています。国は何とか医療費を抑えようと必死です。今迄の医療は、病気になる患者さんを治すことへのみ力を注いでしましたし、現在も大変な努力が払われています。

これからは更に病気になるに様に予防することにも力を入れていかなければなりません。その方が人びとは幸福ですし、又費用もずっと安上りです。

最近小学生から学校で、尿の検査をします。早期にじん臓の病気や糖尿病等を見つけて早く治すのです。放置して尿毒症になり、人工じん臓で透折をすることになれば、ばく大な費用がかかり、本人も家族も又、社会も大変に苦しまなければなりません。

結核をはじめ、種類の癌検診又、高血圧の集団検診は、もつともつと多くの皆さんが受診して予防し、安心して生活しなければなりません。時には人間ドックも大いに利用して、隠れているかもしれない病気を早く見つけなければなりませんし、又、このことで常に自分自身の健康

に注意することが大切です。胃癌や子宮癌、乳癌等は、早期に発見すれば完全に治せます。

私は今迄、日本中いろいろな所に移り住みましたが、千葉県程氣候と物産に恵まれた所はありません。海の幸は豊富、お米もおいしく、冬は温く夏も比較的涼しく、しかも天災は少い、ここ房総の地は多分日本で一番住み良い所だと思います。日本一と言ふことは、或は地球上で一番良い所かもしれません。この様

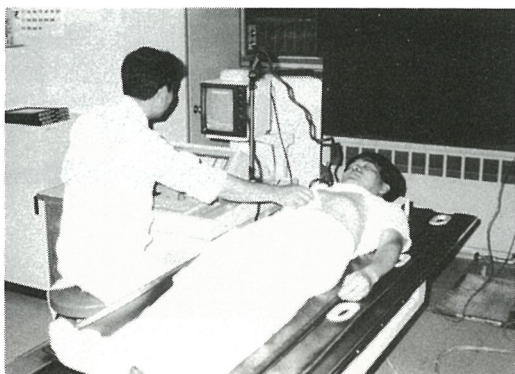
## 早期発見が

## あなたの命を救う

がんによる死亡は年々増加しています。ところが近年では、胃がんや子宮がんは集団検診が普及して早期発見、早期治療が可能になったため死亡率が減っています。

四十才以上の人が全員がん検診を受けるようになれば、胃がん、子宮がんによる死亡ゼロも夢ではありません。がんは、だれでもかかる病気です。自分だけはと過信せず、必ずがん検診を受けましょう。

な所に住んでいる皆さんは本当にしあわせだと思えます。更に健康に注意し、病気の予防に心がければ、もっと健康な長寿を与えられることと思えます。勿論、同時に心の健康も大切に、周囲の人びとへの親切、思いやりに心がけ、健全な知性、品性を身につけて、健康な町、社会を創りつつ、次の世代を育てて行きたいものです。



東陽病院における人間ドックの受診状況